การดำรงชีวิต
ที่ถูกต้อง

พุทธทาสภิกขุ

การดำรงชีวิต

ที่ถูกต้อง

พุทธทาสภิกขุ

การดำรงชีวิตที่ถูกต้อง

พุทธทาสภิกขุ

ISBN : 974-89707-4-4

จัดพิมพ์โดย

ใจสบาย

พิมพ์ครั้งที่ ๒ : กรกฎาคม พ.ศ. ๒๕๓๙

จัดจำหน่าย : บริษัท สร้างสื่อ จำกัด

พิมพ์ที่ : บริษัท ธรรมสาร จำกัด

ควบคุมการผลิต : พิมพ์อำไพ

สนใจสั่งซื้อหนังสือในราคาลดพิเศษได้ที่

สำนักพิมพ์ใจสบาย โทร. ๕๒๖-๕๐๐๘

บริษัท สร้างสื่อ จำกัด โทร. ๒๗๙-๙๖๓๖

๒๕.-

พิมพ์อำไพ : บริการรับจัดพิมพ์หนังสือ และมีหนังสือสำหรับใช้ในงานพิธีต่างๆ ให้เลือกซื้อ ในราคาลดพิเศษ โทร. ๕๒๖๕๐๐๘

ถ้อยแถลงผู้จัดพิมพ์

ชีวิตนี้มีอุปมาได้หลายอย่าง บางคนเห็นว่าชีวิตนี้เหมือนการเดินทาง หรือเหมือนการลงทุนค้าขาย บางคนเห็นชีวิตเป็นการต่อสู้ เรามีทางจะคิดและอธิบายความหมาย ตลอดจนอุปมาเปรียบเทียบได้หลายอย่าง ต่าง ๆ กันไป ตามประสบการณ์ และพื้นฐานของแต่ละคน แต่ความหมายหนึ่ง ซึ่งไม่อาจปฏิเสธได้ก็คือ ชีวิตนี้มีปัญหาที่จะต้องแก้ไขข้อขัดข้อง และต้องรู้จักใช้และบำรุงรักษาอย่างถูกต้อง เพื่อให้ชีวิตนั้นดำรงอยู่ด้วยดี มีความสุข และยิ่งกว่านั้น ยังสร้างสรรค์ประโยชน์ เกื้อกูลคนเป็นอันมากต่อไปได้ด้วย

คำบรรยายเรื่อง *"การดำรงชีวิตที่ถูกต้อง"* นี้ ท่านอาจารย์พุทธทาส ได้ชี้ให้เข้าใจความหมาย และวิธีใช้ชีวิตอย่างถูกต้อง คือพ้นจากความทุกข์ทั้งปวง ศิลปะแห่งการดำรงชีวิตชนิดนี้ เป็นสิ่งที่มีได้จริง และมีได้ทุกกาลสมัย สืบต่อกันมาช้านานแล้ว เคล็ดของเรื่องนี้คือความไม่ยึดมั่นถือมั่น ซึ่งเป็นหัวใจของพุทธศาสนา ทำให้คนเข้าถึงวิมุตติ คือความหลุดพ้น ซึ่งเป็นแก่นสารที่แท้จริงของการดำรงชีวิต การดำรงชีวิตที่ถูกต้อง คือการ

อยู่เหนือกิเลส และหลุดพ้นจากความทุกข์สิ้นเชิงนั่นเอง

การที่จะดำรงชีวิตอย่างถูกต้องเช่นนี้ได้ จำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องเข้าใจกฎเกณฑ์ ความเป็นไปของธรรมชาติ และประพฤติปฏิบัติให้สอดคล้องกลมกลืน จึงมีผลเป็นการเกื้อกูล และไม่ฝืนขัดหรือแย้งให้เป็นทุกข์เหน็ดเหนื่อย เป็นชีวิตที่ว่าง เบา สบาย เป็นธรรมะ สงบ สะอาด และสว่างไสว

คำบรรยายนี้ให้หลักพื้นฐานในการดำรงชีวิตอย่างถูกต้องตามอุดมคติทางพุทธศาสนาคือ ดำรงชีวิตชนิดที่โลกไม่ว่างจากพระอรหันต์ โดยการเป็นอยู่ชอบตามหลัก มัชฌิมาปฏิปทา (ทางสายกลาง) คือ อริยมรรค มีองค์แปด ซึ่งอาจสรุปได้เป็นไตรสิกขา คือ ศีล สมาธิ ปัญญา หรือสมถะ-วิปัสสนา โดยแสดงให้เห็นความสัมพันธ์ขององค์ธรรมเหล่านี้ ที่ผนึกรวมกันเป็นดุจกองทัพของฝ่ายโพธิ์ ที่จะรบราต่อสู้กับกิเลส จนได้ชัยชนะในที่สุด

เมื่อบุคคลดำรงจิต กาย และวาจาอย่างถูกต้อง ตามหลักกุศลกรรมบถ ๑๐ แล้ว จะปลอดพ้นจากการเบียดเบียน ทั้งตนเองและผู้อื่น เกิดมีสันติสุขตั้งแต่ขั้นต้น เยี่ยงฆราวาสครองเรือน จนเป็นวิปัสสนาโดยลำดับ การทำความเห็นให้ถูกตรง คือการมองเห็นอนัตตา (ความไม่ใช่ตัวตน) และตถตา (ความเป็นเช่นนั้นเอง) ทำให้เกิดการปล่อยวาง ไม่ยึดมั่นถือมั่นในสิ่งทั้งปวงอันเป็นเหตุให้เกิดทุกข์ มีประการต่าง ๆ เช่น ความรัก ความโกรธ ความเกลียด ความกลัว ความหึง ความหวง ความอิจฉาริษยา

ความวิตกกังวล ความอาลัยอาวรณ์ และความลังเลสงสัย เป็นต้น เมื่อบุคคลมีความเข้าใจกฎธรรมชาติถูกต้อง ก็สามารถอยู่ดีมีสุขได้ทุกสถาน มีความพอใจและเชื่อมั่นในตนเอง ไม่ต้องเกรงกลัวอำนาจของผีสางเทวดา หรือฝากโชคชะตาไว้กับพรหมลิขิต หรือแล้วแต่กรรมเก่าจะบันดาล หากเป็นนายเหนือตัวเอง อย่างแท้จริง เข้าถึงอิสรภาพสูงสุดที่มนุษย์จะพึงได้รับ

นี่คือการดำรงชีวิตที่ถูกต้อง หรือการเป็นอยู่ชอบ ซึ่งจะทำให้โลกไม่ว่างจากพระอรหันต์ ที่พระพุทธองค์ทรงแนะนำก่อนจะดับขันธปรินิพพาน ซึ่งรอคอยและท้าทายให้ท่านมาพิสูจน์สัจจธรรมข้อนี้

ด้วยความปรารถนาดี

สำนักพิมพ์ใจสบาย

สารบัญ

การดำรงชีวิตที่ถูกต้อง	๑
ความหมายของสิ่งที่เรียกว่าชีวิต	๒
ชีวิตควรมีอยู่โดยไม่ยึดเอาความทุกข์มาเป็นของตน	๕
ทุกชีวิตต้องไม่ยึดมั่นถือมั่น	๘
การดำรงชีวิตชนิดมีหลักพื้นฐานถูกต้อง	๑๑
ดำรงชีวิตอยู่ชนิดที่โลกไม่ว่างจากพระอรหันต์	๑๒
เป็นอยู่โดยอริยมรรคมีองค์ ๘	๑๓
เป็นอยู่โดย ศีล สมาธิ ปัญญา	๑๖
เป็นอยู่โดยถูกต้องตามหลักสมถะวิปัสสนา	๒๓
ปฏิบัติอยู่ในกุศลกรรมบถ ๑๐	๒๔
ปฏิบัติโดยถูกต้องกับสิ่งทั้งปวงยึดเป็นตัวตนไม่ได้	๒๖
เป็นอยู่โดยไม่ต้องรักโกรธเกลียดกลัว ฯลฯ	๒๙
ปฏิบัติอยู่โดยหลักเพิกถอนกรรมเก่า	๓๒
ปฏิบัติในลักษณะเพิกถอนอำนาจของผีสางเทวดา	๓๓
ปฏิบัติชนิดที่ขับไล่ โชคชะตาราศี	๓๔
หลักสำคัญต้องดำเนินชีวิตตามกฎอิทัปปัจจยตา	๓๕
ปฏิบัติให้เกิดผลเป็นอยู่ดีไม่มีทุกข์ในสามภูมิ	๓๖
ในชีวิตประจำวันต้องได้ชิมรสนิพพาน	๓๗

การดำรงชีวิตที่ถูกต้อง*

(โดยหลักพื้นฐาน)

ท่านสาธุชน ผู้มีความสนใจในธรรม ทั้งหลาย,

การบรรยายประจำวันเสาร์ แห่งภาคอาสาฬหบูชา ในวันนี้ อาตมาจะได้กล่าวเรื่อง *ธรรมชาติพื้นฐาน* ต่อไปเป็นครั้งที่ ๓.

ในครั้งที่ ๑ ได้พูดถึงธรรมชาติพื้นฐาน คือการเป็นไปของธรรมชาติ ตามธรรมชาติ มีอยู่ตามธรรมชาติอย่างไร, ในครั้งที่ ๒ ได้กล่าวถึงปัญหาที่เกิดขึ้นตามธรรมชาติพื้นฐาน คือ *ความทุกข์* ในเมื่อปฏิบัติไม่ถูกต้องตามกฎเกณฑ์ของธรรมชาติพื้นฐาน, ในครั้งนี้จะกล่าวถึง **การดำรงชีวิตที่ถูกต้อง ตามธรรมชาติพื้นฐาน.**

---

* บรรยายธรรมประจำวันเสาร์ ภาคอาสาฬหบูชา ชุด ธรรมะโดยหลักพื้นฐาน ครั้งที่ ๓, ๓ สิงหาคม ๒๕๒๘

ท่านทั้งหลายจะต้องติดต่อข้อความเหล่านี้กันให้ดี ๆ ว่า **มันมีธรรมชาติพื้นฐานอยู่อย่างนั้น ๆ ๆ อย่างตายตัว เมื่อไม่ทำให้ถูกต้อง ก็เกิดความทุกข์ขึ้นมา, เราจึงต้องมีการดำรงชีวิตที่ถูกต้อง** คือถูกต้องต่อธรรมชาติพื้นฐาน นั่นเอง, เรียกว่า**เป็นเรื่องธรรมชาติพื้นฐานไปทั้งหมด.**

ในวันนี้จะได้กล่าวถึง **การดำรงชีวิตที่ถูกต้องตามธรรมชาติพื้นฐาน** อย่างที่กล่าวมาแล้วข้างต้น, **เราจะต้องปรับปรุงให้ชีวิตมีการดำรงอยู่** หรือจะเรียกว่าการเป็นไปอยู่ก็ได้ **ให้กลมกลืนกันกับหลักธรรมชาติพื้นฐาน.**

ความหมายของสิ่งที่เรียกว่าชีวิต.

ในชั้นแรกนี้จะพูดกันถึงเรื่อง สิ่งที่เรียกว่าชีวิต, แล้วจึงจะค่อยพูดถึงเรื่องวิธีดำรงชีวิต โดยธรรมชาติพื้นฐาน. คำว่า ชีวิต ชีวิตนี้ *พุทธบริษัทก็มีความหมายตามแบบของพุทธบริษัท,* ชาวบ้านหรือนักศึกษาแขนงอื่น เขาก็มีความหมายไปตามแบบนั้น ๆ.

เช่น **แบบวิทยาศาสตร์** คำว่า **ชีวิต** ก็หมายถึง**ความที่มันยังสดอยู่ได้ ของใจกลางของเซลล์หนึ่ง ๆ,** ใจกลางของเซลล์หนึ่ง ๆ ยังไม่ตาย ยังประกอบกันอยู่ด้วยกันก็เป็นชีวิต, แล้วก็มีลักษณะงอกงาม นี่เรียกว่าชีวิตตามวิชาวิทยาศาสตร์

พื้นฐานอีกเหมือนกัน.

ทีนี้ **ชีวิต** ตามความหมาย**ในภาษาชาวบ้าน** นี้ก็พอจะเข้าใจกันอยู่ เพราะใคร ๆ ก็พูดเป็นทั้งนั้นแหละว่ามีชีวิตหรือมีชีวิตอย่างไร, สรุปใจความสั้น ๆ ก็คือว่ามัน**ยังไม่ตาย** มันยังหายใจอยู่ มันยังกระดุกกระดิกได้อยู่, คำว่า ชีวิต ในภาษาชาวบ้านมันก็มีความหมายง่าย ๆ อย่างนี้แหละ.

ทีนี้ความหมายของคำว่า **ชีวิต** ขึ้นมา**ในรูปคำบาลี** ว่า *อาชีโว, อาชีวะ* แปลว่า *ดำรงชีวิต.* นี้ก็คือการดำรงชีวิตอยู่นั่นเองเรียกว่าชีวิต; *เมื่อดำรงชีวิตอยู่อย่างถูกต้อง ก็เรียกว่ามีชีวิตอันถูกต้อง.* **การดำรง**ในที่นี้ ก็หมายถึงการ**กระทำที่ให้ชีวิตมันรอดอยู่ได้, ไม่ให้มันตาย,** แล้วไม่ให้มันเจ็บไข้ได้ป่วย ตามที่ตนต้องการ, พยายามดำรงอยู่ในลักษณะที่พอใจ ให้ได้มากที่สุดเท่าไรตามที่ตนต้องการ แม้ว่าชีวิตตามธรรมดาของสังขารจะมีการเปลี่ยนแปลง มีความเจ็บไข้ได้ป่วย มีทุกขเวทนา มันก็เป็นเรื่องของชีวิต. เราก็**ดำรงชีวิต**ชนิดนั้น ให้อยู่ใน**สภาพที่น่าปรารถนา**มากที่สุดเท่าที่จะมากได้ คำว่า **ชีวิต** ในลักษณะ**อย่างนี้ หมายถึงระบบการเป็นอยู่ทั้งระบบทีเดียว.**

ทีนี้ ถ้าพูด**ตามภาษาอภิธรรม** เขาก็พูดว่า **การประชุมแห่งรูป แห่งจิต แห่งเจตสิก** ๓ อย่างนี้ **เรียกว่า มีชีวิต;** รูป คือร่างกายก็ยังเป็นอยู่อย่างถูกต้อง, แล้วก็มีส่วนที่เป็นจิต คือ

เป็นประธาน รู้สึกคิดนึกได้ นี้ก็มีอยู่อย่างถูกต้อง, แล้วก็เจตสิก คือคุณสมบัติของจิต หรือสิ่งที่ต้องเกิดกับจิต สิ่งที่ปรุงแต่งจิตให้เป็นรูปแบบหนึ่ง ๆ เรียกว่า เจตสิก นี้ก็อยู่อย่างถูกต้อง, **เมื่ออยู่กันด้วยดี** ยังอยู่กันด้วยดี ทั้งรูปทั้งจิตทั้งเจตสิก **ก็เรียกว่าชีวิต.**

ทีนี้ **ภาษาธรรมะที่สูงไปกว่าที่เป็นภาษาชาวบ้านพูดกัน** พระคัมภีร์ก็กล่าวถึง, นักศึกษาค้นคว้าก็ค้นคว้า เรียกว่าตามแบบ**ที่เรียกกันอย่างสมัยใหม่ว่า อภิปรัชญา,** อภิปรัชญา, คำว่า **ชีวิต** ก็มีความหมายถึง**ชีวิตนิรันดร.** ชีวิตที่ยังตายได้นี้ไม่เรียกว่าชีวิต ต้องเป็นชีวิตที่ตายไม่ได้อีกต่อไป, เป็นชีวิตนิรันดรนั้นจึงจะเรียกว่าชีวิต ความหมายในทางสูงสุด ยิ่งไปกว่าอภิธรรมเราจะเรียกว่าอภิปรัชญา ก็เป็นชีวิตชนิดที่เป็นนิรันดร, ชีวิตลูกกระจอก ที่ยังตายเกิด ๆ ตายเกิดอยู่นี้ ยังไม่ใช่ชีวิต, **ต่อเมื่อเป็นชีวิตนิรันดร** ไม่เกิดไม่ตาย ไม่เปลี่ยนแปลง ไม่อะไรหมด ตอนนั้นแหละ จึงจะเรียกว่าชีวิต, มันก็น่าสนใจอยู่.

ทีนี้ **ตามความหมาย** หรือความมุ่งหมาย**ของการบรรยายชุดนี้** คำว่า **ชีวิต** นั้น **หมายถึงสิ่งที่มีปัญหาหรือมีความทุกข์,** มีปัญหาหรือมีความทุกข์ หรือมีสิ่งที่ไม่พึงปรารถนามีอยู่ในตัวชีวิต. พูดให้ชัดให้ตรงลงไปก็คือ **ตัวความทุกข์ในชีวิตนั่นแหละคือตัวชีวิต** จึงพูดได้เลยว่า ความทุกข์คือชีวิต, ชีวิต

คือความทุกข์, เพราะชีวิตเป็นสิ่งที่มีการปรุงแต่งขึ้นมา แล้วก็เปลี่ยนแปลงไป, แล้วก็เกิดดับ ๆ ; **เอาตัวความทุกข์เป็นชีวิตก็ได้, เอาตัวชีวิตเป็นความทุกข์ก็ได้,** ชีวิตกับความทุกข์ก็เลยเป็นสิ่งเดียวกัน.

นี่คำว่า ชีวิต มันมีความหมายได้หลายแง่หลายมุมอย่างนี้; ถ้าเราถือเอาสำหรับพูดจาไม่ตรงกัน มันก็พูดกันไม่รู้เรื่อง, เดี๋ยวนี้เราก็ควรจะพูดกันรู้เรื่อง เพราะว่าจะถือเอา**ตัวความทุกข์ในชีวิต**นั่นแหละว่า **เป็นชีวิต, จะต้องจัดการกับสิ่งนั้น คือให้มีการดำรงอยู่ในลักษณะที่พอทนได้ หรือไม่เป็นทุกข์.**

ชีวิตควรมีอยู่โดยไม่ยึดเอาความทุกข์มาเป็นของตน.

ชีวิตปุถุชนคนโง่เขลา **ยึดมั่นถือมั่นในเรื่องตัวตนของตนมากเกินไป มันก็อยู่ด้วยความทุกข์** จนกระทั่งว่าตัวความทุกข์นั่นแหละเป็นตัวชีวิตไปเสียเลย. ทีนี้เขาได้ยินได้ฟัง ได้รับคำแนะนำสั่งสอนให้มีความรู้ความเข้าใจ ปฏิบัติไปจนความทุกข์นั้นนั่นเบาบางลง, ความทุกข์นั้นเบาบางลง จนกระทั่งไม่รู้สึกว่าเป็นทุกข์เลย, แม้ว่าชีวิตร่างกายมันจะเป็นทุกข์ ก็ให้มันเป็นไปตามแบบของร่างกาย, แต่จิตใจไม่รู้สึกเป็นทุกข์. พูดอย่างนี้อาจจะไม่มีใครเชื่อ หรือจะมีบางคนคัดค้านว่า มันเป็นสิ่งที่เป็นไปไม่ได้ คือ

มีชีวิตอยู่ชนิดที่เป็นไปตามธรรมดาสามัญอยู่ แล้วก็**ไม่มีความรู้สึกว่าเป็นทุกข์เลย.**

ขอทำความเข้าใจกันที่ตรงนี้แหละ ว่ามันเป็นสิ่งที่มีได้, เป็นสิ่งที่มีได้, แล้วพุทธศาสนาหรือ **พระธรรม** นี้ก็มุ่งหมายที่ตรงนี้ **มุ่งหมายที่จะทำความรู้สึกที่เป็นทุกข์นั่นแหละให้มันหมดไป** ให้มันหมดไป, ให้จิตใจมันปลีกตัวออกมาเสียได้จากความทุกข์ หรือ**ไม่ไปยึดถือเอาความทุกข์มาเป็นความทุกข์ของตน.**

นึกถึง**พระอรหันต์**ก่อนก็ได้ เป็นพระอรหันต์แล้วก็ยังเป็นคน, เป็นคน ๆ อยู่นั่นแหละ ยังต้องกินอาหาร ยังต้องอาบน้ำ ยังต้องถ่ายอุจจาระ ถ่ายปัสสาวะ ยังต้องบริหารร่างกาย ร่างกายนั้นมันยังมีโรคภัยไข้เจ็บ; แต่ว่า **ท่านไม่เป็นทุกข์** เหมือนอย่างที่คนทั้งปวงเป็นทุกข์; แม้ความเจ็บปวดจะเกิดขึ้น ก็รู้สึกว่า โอ้ *มันก็สักว่าความเจ็บปวด ที่ความรู้สึกที่ระบบประสาทเท่านั้น ไม่มีตัวกูเป็นทุกข์,* ไม่มีตัวกูเป็นเจ้าของความทุกข์ คือไม่มีตัวตน. ดังนั้นพระอรหันต์จึงมีจิตใจที่ชนะความทุกข์ **เพราะว่าจิตใจนั้นอบรมเป็นอย่างดี,** อบรมไว้เป็นอย่างดี มีความรู้ มีความเข้าใจ มีความเห็นแจ้ง มีกำลังจิต มีอะไรทุกอย่าง พอที่จะระงับความทุกข์ ตามแบบที่คนธรรมดา ๆ เขามีอยู่นั้นเสียได้ จึงไม่มีความทุกข์ในความหมายที่ว่าน่ากลัว หรือเป็นการทนทรมาน; แม้จะมีความเจ็บปวด**เป็นทุกขเวทนาบ้าง ก็มองเห็นเป็นสักว่าเวทนาเท่านั้น,**

นั่นเป็นสักว่าเวทนาเท่านั้น ไม่ใช่ความทุกข์ของเรา.

ข้อนี้ควรจะพยายามทำความเข้าใจให้ดี ๆ ก็จะเข้าใจเรื่องของความทุกข์ได้มากขึ้น ไม่ใช่ว่าพระอรหันต์จะไม่เจ็บไม่ไข้หรือไม่มีอาการอย่างที่เขามีกัน; แม้จะมี ก็ไม่รู้สึกว่ามีตัวเราเป็นทุกข์ หรือเป็นความทุกข์ของเรา ท่านเห็นเป็นแต่เพียงว่าเวทนาที่เกิดอยู่ที่นั่น ที่อวัยวะส่วนนั้น ตามธรรมชาติตามธรรมดา. ให้เวทนาเป็นสักแต่ว่าเวทนา, **เวทนาไม่ใช่ของเรา เวทนาก็ไม่ใช่ของเวทนา** มันเป็นธรรมชาติธรรมดา; ถ้าไม่อย่างนั้นแล้วมันจะรู้สึกเสมือนหนึ่งว่า *เราเป็นเจ้าของเวทนานั้น*, แล้วเวทนานั้นก็เป็นของเรา *ถ้าอย่างนี้ก็จะต้องได้รับความทุกข์ทรมาน* ตามแบบความหมายคนธรรมดา, พูดกันทั่ว ๆ ไปว่าเป็นทุกข์ คือมันเป็นทุกข์หมดทั้งจิตทั้งใจ ทั้งความรู้สึกว่าเป็นตัวเรา, **เรากำลังเป็นทุกข์อย่างยิ่ง,** เรากำลังจะตาย หรืออะไรทำนองนี้.

ถ้าแยกเวทนาออกไปเสียได้ คือไม่เป็นเราหรือไม่เป็นของเราแล้ว ความรู้สึกมันรู้สึกอีกอย่างหนึ่ง, นี่เรียกว่า **ดับทุกข์กันโดยตรงในชีวิตนี้** ในอัตภาพนี้ มันก็ทำได้อย่างนี้, คือไม่โง่ไม่หลง ไปจับฉวยเอาความเจ็บปวดนั้นมาเป็นความทุกข์ของตน ปล่อยให้เป็นสักว่าเวทนาอย่างหนึ่งในเวทนาทั้งหลาย, ให้เวทนาเป็นไปตามเรื่องของเวทนา ตามธรรมชาติตามธรรมดาในโลกนี้. นี่ดำรงชีวิตในลักษณะอย่างนี้ ก็จะทำให้ชีวิตนั้นไม่เป็น

ทุกข์, เป็นทุกข์ก็เป็นของเวทนาของสังขารไปตามเรื่อง ไม่มาเป็นของเรา หรือไม่มาเป็นของจิตที่มีความยึดถือว่าของเรา.

ทุกชีวิตต้องไม่ยึดมั่นถือมั่น.

เรื่องนี้เป็นเรื่องสำคัญที่สุด และทั้งหมดทั้งสิ้นด้วยของพระพุทธศาสนา คือ**การไม่ยึดมั่นถือมั่นอะไรโดยความเป็นของเรา เป็นหลักพื้นฐานทั่วไป** ตั้งแต่ต้นที่สุดจนปลายที่สุด ; จะขอยกตัวอย่างว่า **แม้แต่เด็ก ๆ ก็ควรจะมีความรู้เรื่องไม่ยึดมั่นถือมั่น** มิฉะนั้นมันจะดิ้นรนเป็นทุกข์เมื่อมีความเจ็บปวดมากเกินไป, หรือว่าแม้เมื่อของเล่น เช่นตุ๊กตาเป็นต้นของเขาแตก เขาก็จะร้องไห้เหมือนกับจะตาย, หรือว่าเด็ก ๆ ที่ยึดมั่นถือมั่นเกินไป พอสอบไล่ตกก็ร้องไห้เหมือนจะตาย, หรือบางทีก็ไปฆ่าตัวตายเสีย ก็เคยได้ยินว่ามีเหมือนกันในบางกรณีนี่เพราะยึดมั่นถือมั่นเกินไป.

ดังนั้นแม้แต่**เด็กเล็ก ๆ** ก็ควรจะมีความรู้เรื่องไม่ยึดมั่นถือมั่นไว้เป็นพื้นฐาน **อย่าหมายมั่นอะไร ให้เป็นตัวตนของตนมากเกินไป จนต้องเป็นทุกข์ทุกคราวที่สิ่งนั้นเปลี่ยนแปลงไป. ให้ตั้งตนอยู่ในสภาพที่ถูกต้องหรือพอดี;** อะไรมีจะต้องกิน จะต้องใช้ จะต้องทำก็กินก็ใช้ก็ทำ ก็เกี่ยวข้องไปตามสมควร แต่ไม่ต้องยึดมั่นถือมั่น หรือหมายมั่นให้เป็นตัวตนหรือ

เป็นของตน จนกระทั่งว่าพอสิ่งนั้นเปลี่ยนแปลงหรือแตกดับลงไป ก็เป็นทุกข์เหลือประมาณ คือเกินจำเป็น ถึงกับไปฆ่าตัวตายอย่างนี้; นี่แม้แต่เรื่องเด็ก ๆ แม้แต่พวกเด็ก ๆ ก็ควรจะมีความรู้เรื่องความไม่ยึดมั่นถือมั่น.

ถ้าเป็น**คนหนุ่มคนสาวขึ้นมา ก็ยิ่งจะต้องมีความรู้เรื่องความไม่ยึดมั่นถือมั่น** มิฉะนั้นจะมีเรื่องที่จะต้องร้องไห้มากเกินไป, มีเรื่องที่จะต้องฆ่าตัวตายมากเกินไป, แล้วเหมือนกับที่ฆ่าตัวตายกันอยู่เป็นประจำ เรียกว่าผิดหวัง ผิดหวังอย่างยิ่งในเรื่องของความรัก แล้วก็ฆ่าตัวตาย.

ทีนี้มาถึงคนที่อยู่เป็นคู่ผัวตัวเมีย **สามีภรรยา** กันแล้ว **ก็ไม่จำเป็นจะต้องยึดมั่นถือมั่น,** นี้อาจจะต้องมีความรู้เรื่องไม่ยึดมั่นถือมั่น; ถ้ามันผิดหวังเกี่ยวกับเรื่องภรรยาสามี ก็ไม่ต้องฆ่าตัวตาย, แล้วก็ไม่ต้องฆ่าคนอื่นให้ตายด้วย. เดี๋ยวนี้พอมีเรื่องขึ้นมา มันก็ฆ่าตายทุกคน แล้วก็ฆ่าตัวเองตาย. นี่เรียกว่ามันเกินไปเพราะมันมีความยึดมั่นถือมั่น.

ทีนี้เป็น**คนสูงอายุ**แล้ว เขาก็**จะต้องรู้จักปล่อยวางไปตามลำดับ, ไม่ยึดมั่นถือมั่น;** มิฉะนั้นมันก็จะต้องมีความทุกข์เพราะสิ่งต่าง ๆ ที่ไม่เป็นไปตามที่ตัวต้องการ, กระทั่งว่าเป็นคนแก่คนเฒ่า กำลังจะเข้าโลงอยู่แล้ว ก็ต้องรู้จักสลัดความยึดมั่นถือมั่นให้ลดน้อยลง จะเป็นชีวิตที่น่าดู **ถ้าคนแก่ ๆ มีความ**

ยึดมั่นถือมั่นน้อยลง ก็จะเป็นสุข, จะเป็นคนแจ่มใสสดชื่น เหมือนกับว่ากลับหนุ่มขึ้นมา คือโดยจิตใจนั้นมันกลับหนุ่มขึ้นมา; แม้ร่างกายจะชรา จะเหี่ยวแห้งแต่จิตใจนั้นมันจะหนุ่มขึ้นมา คือ เป็นความสุขสงบ ไม่มีทุกข์ร้อน ไม่ดิ้นรน เพราะมีความรู้เรื่องนี้ เรื่องความไม่ยึดมั่นถือมั่น, **เป็นผู้ยิ้มเยาะได้ในทุกกรณี ไม่ว่าอะไรจะเกิดขึ้น.**

จึงหวังว่าท่านทั้งหลายจะได้มองเห็นว่า **เรื่องความไม่ยึดมั่นถือมั่นนั้นจำเป็นสำหรับทุกคน;** มิใช่ว่าจะเอาไว้สอนแต่บางคน หรือสอนคนที่สูงอายุแล้ว. เมื่ออาตมานำเรื่องนี้ เรื่องไม่ยึดมั่นถือมั่นออกมาเผยแผ่นี้ ก็ถูกคัดค้าน ถูกตัดพ้อ ถูกต่อว่า ถูกด่า ถูกประณาม ว่าบ้าแล้ว เอาเรื่องที่ไม่ควรจะเอามาสอนก็เอามาสอน, เรื่องที่ไม่ควรจะเอามาสอนคนตามธรรมดาก็เอามาสอน ข้อนั้นมันเป็นความโง่ของคนที่พูดเช่นนั้นเอง. เขาไม่รู้ว่า ความไม่ยึดมั่นถือมั่นนี้ เป็นความรู้ที่สำคัญที่จะต้องรู้ แม้แต่เด็ก ๆ ถ้ารู้บ้างมันจะมีความทุกข์น้อยลง; เพราะฉะนั้นก็**ควรให้เด็ก ๆ ได้รู้เรื่องนี้ตามสมควรแก่อัตภาพ จะได้มีความทุกข์น้อยลง.**

ยิ่งกว่านั้นมันก็จะเป็นจุดตั้งต้นที่ดี คือ เขามีความรู้ที่เป็นจุดตั้งต้นถูกต้อง แล้วตั้งต้นด้วยดี, ความรู้เรื่องนี้ก็จะเจริญงอกงามไปตามลำดับ อายุมากเข้า เขาก็จะรู้จักทำให้ยึดมั่นถือมั่นน้อยเข้า ๆ บางทีจะทันกับเวลาสุดท้าย คือหมดความยึดมั่นถือมั่น

เสียได้ก่อนแต่ที่จะตายเข้าโลง, นี่มันเป็นความดีอย่างนี้. **หัวใจของพุทธศาสนา** มันก็ไม่มีเรื่องอื่น นอกจากเรื่องนี้ **คือการรู้ว่าสิ่งทั้งปวงไม่ควรยึดมั่นถือมั่น,** สอนลูกเด็ก ๆ สอนเด็กโต สอนหนุ่มสาว สอนพ่อบ้านแม่เรือน สอนคนแก่คนเฒ่าให้รู้เรื่องนี้ นั่นแหละคือการสอน พระพุทธศาสนาโดยแท้จริง, เป็นพุทธศาสนาจริง เป็นหัวใจพุทธศาสนาจริง ให้รู้ไว้จริง ก็จะไม่เสียทีที่ว่า เราเป็นพุทธบริษัท นับถือพระพุทธศาสนา.

การดำรงชีวิตชนิดมีหลักพื้นฐานถูกต้อง.

เดี๋ยวนี้ก็มาถึงข้อที่ว่า **จะต้องดำรงชีวิตที่ถูกต้องตามแบบพื้นฐานนั้นอย่างไร, เมื่อมีชีวิตตามธรรมดามันมีการเปลี่ยนแปลง แล้วผู้ไม่รู้ก็มีความทุกข์** หรือดิ้นรน ขึ้นลงไปตามความเปลี่ยนแปลง, ไม่ว่าขึ้นไม่ว่าลงมันเหนื่อยทั้งนั้นแหละ กระโดดขึ้น หรือกระโดดลงมันเหนื่อยทั้งนั้น, ความยินดียินร้ายมันเหนื่อยเท่ากัน ความรัก ความโกรธ ความเกลียด ความกลัว อะไรต่าง ๆ มันมีความเหนื่อยเท่ากัน, มันไม่ใช่ความสงบหรือพักผ่อน. **เราจะต้องรู้จักจัดรู้จักทำให้ชีวิตนี้มีความพักผ่อน** คือความสงบ อย่ากระโดดโลดเต้นไปตามสังขาร ที่เข้ามาในรูปแบบของอารมณ์ต่าง ๆ มายั่วยุให้ขึ้นให้ลง เกิดความยินดียินร้าย.

ดำรงชีวิตอยู่ชนิดที่โลกไม่ว่างจากพระอรหันต์.

เมื่อถามว่า จะดำรงชีวิตอย่างไร จึงจะถูกต้องตามหลักพื้นฐานนั้น? *เรามีหลักพระบาลี* ถือเป็นหลัก *คือบาลีที่พระพุทธองค์ตรัส เมื่อจวน ๆ จะปรินิพพานอยู่แล้ว แก่สุภัททะปริพพาชกว่า สเจเม สุภทฺท ภกฺขู สมฺมา วิหเรยฺยุํ อสุญฺโญ โลโก อรหนฺเตหิ อสฺส,* แปลว่า *ดูก่อนสุภัททะ ถ้าภิกษุทั้งหลายเหล่านี้* จะเป็นอยู่*โดยชอบไซร้ โลกก็จะไม่ว่างจากพระอรหันต์,* ตรัสเป็นหลักกลางที่สุด กลาง ๆ ที่สุดว่า ถ้าภิกษุเหล่านี้จักเป็นอยู่โดยชอบไซร้ โลกก็จะไม่ว่างจากพระอรหันต์; เมื่อถามว่าจะดำรงชีวิตอย่างไร, เราก็จะตอบอย่างกำปั้นทุบดินว่า **ดำรงชีวิตชนิดที่โลกไม่ว่างจากพระอรหันต์.**

ขอให้ทุกคนมีความมุ่งหมาย มีความตั้งใจที่จะดำรงชีวิตของตน ดำรงชนิดที่โลกจะไม่ว่างจากพระอรหันต์. ใครเขาจะหาว่าอวดดี จะเป็นพระอรหันต์ ก็ได้ ไม่เป็นไร; เพราะว่าการดำรงชีวิตชนิดนั้นมันดับทุกข์ มันป้องกันความทุกข์ มันจะดับทุกข์ได้สิ้นเชิง, **ถือเป็นหลักครั้งแรกว่า จะดำรงชีวิตชนิดที่โลกไม่ว่างจากพระอรหันต์,** นี่คือดำรงชีวิตที่ถูกต้องตามหลักพื้นฐาน. คำพูดนี้ใช้เป็นหลักพื้นฐานได้ทั่วไป ได้ตลอดตั้งแต่ต้นจนปลาย.

เป็นอยู่โดยอริยมรรคมีองค์ ๘.

เอ้า, ทีนี้ก็ต้องถามกันต่อไปว่า **ดำรงชีวิตอย่างไร โลกจึงจะไม่ว่างจากพระอรหันต์?** มันก็ตามหลักพระพุทธศาสนานั่นแหละ ที่ใกล้ชิดที่สุด ที่ใกล้ชิดที่สุดที่เราได้ยินได้ฟังกันอยู่มากที่สุด ก็คือ**ดำรงชีวิตตามอัฏฐังคิกมรรค** ดำรงชีวิตตามอัฏฐังคิกมรรค.

เรื่องนี้ก็พูดมาหลายครั้งหลายหนแล้ว ตามหนทางมีองค์ ๘ ประการ, ตามหนทางที่มีองค์ประกอบ ๘ ประการ นั่นแหละ เรียกว่าอัฏฐังคิกมรรค. แต่ว่า **๘ ประการนั้นต้องถูกต้อง** หมายความว่าเป็นองค์ที่ประพฤติกระทำ**อย่างถูกต้อง ตามหลักที่บัญญัติไว้ในธรรมวินัยนี้,** องค์ ๘ ประการนั้น ก็ได้ยินได้ฟังกันอยู่ทั่ว ๆ ไป แล้วก็หลายคน หรือส่วนมากก็ท่องได้ คือสวดมนต์บทนี้ได้ เรื่องอริยมรรคมีองค์ ๘. แต่อาจจะไม่มองให้ไกลให้กว้างออกไป ถึงว่ามันเป็นอะไรอยู่ในฐานะเช่นใด จะช่วยได้อย่างไร, ก็เพียงแต่ท่องได้เป็นนกแก้วนกขุนทอง ถ้าอย่างนี้มันก็ไม่พอ, **จะต้องรู้ จะต้องเข้าใจให้แจ่มแจ้ง ว่ามรรคมีองค์ ๘ ประการนั้น คือประกอบอยู่ด้วยความถูกต้อง ๘ ประการ :**

ถูกต้องกลุ่มที่ ๑ คือ ถูกต้องทางความคิดความเห็น ความเชื่อ ความเข้าใจ, นี่เรียกว่า **สัมมาทิฏฐิ-ถูกต้องของทิฏฐิ.**

ครั้นถูกต้องของทิฏฐิแล้ว ก็มีความถูกต้องของความประสงค์ หรือความต้องการ, เรียกว่า **สัมมาสังกัปโป.** *สัมมาสังกัปโป* แปลว่า *มีความประสงค์ถูกต้อง มีความปรารถนาถูกต้อง* สังกัปปะ นั่นมิได้แปลว่า ความคิด เหมือนกับที่บางคนพูดแปลสัมมาสังกัปปะว่าความคิดถูกต้อง นั้นไม่ถูกตามตัวหนังสือ, *สังกัปปะ แปลว่า ความปรารถนา ก็คือความคิดชนิดหนึ่ง นั่นเอง,* ความคิดชนิดที่เป็นความปรารถนา ก็เรียกว่าสังกัปปะ คือมุ่งหมายจะได้ หรือใฝ่ฝันจะได้, นั่นแหละคือสังกัปปะ เราจะต้องมีสังกัปปะที่ถูกต้อง.

ข้อนี้ไม่เป็นไร *ถ้ามีทิฏฐิ* คือความคิดเห็นหรือความรู้หรือความเชื่อ หรือความเข้าใจ *ถูกต้องเป็นข้อแรกแล้ว ความประสงค์ หรือความใฝ่ฝันปรารถนา มันก็ย่อมจะถูกต้อง.* เพราะมันเป็นไปตามอำนาจของสัมมาทิฏฐิ คือจิตมันมีความรู้อย่างไรมันก็ต้องการอย่างนั้นแหละเป็นธรรมดา.

ทีนี้ **กลุ่มที่ ๒** ก็มี **ความถูกต้องทางวาจา** คือการพูดจา เรียกว่า**สัมมาวาจา** คำพูดที่เอามาใช้พูดก็ถูกต้อง วิธีพูดก็ถูกต้อง ทำความสัมพันธ์กันด้วยคำพูดที่ถูกต้อง นี่อย่างหนึ่งเรียกว่าถูกต้องทางวาจา.

แล้วก็**ถูกต้องทางการงานที่ทำ** เรียกว่า **สัมมา-กัมมันโต** ระบุเป็นการสมาทานดำรงอยู่ในศีลทางกายทุกข้อ ๆ

ศีลทางกายมีกี่ข้อก็ทุกข้อ ปฏิบัติได้ดีแล้วก็เรียกว่ามีความถูกต้องในทางกาย คือทางการงาน.

แล้วก็ **มีการดำรงชีวิตถูกต้อง** ต้องมีการดำรงชีวิต ต้องมีการเพิ่มปัจจัยแก่ชีวิต ก็มีการเพิ่มปัจจัยให้แก่ชีวิตอย่างถูกต้อง คือดำรงชีวิตอยู่อย่างถูกต้องซึ่งเรียกว่า **สัมมาอาชีโว.**

กลุ่มนี้ก็มี ๓ : *สัมมาวาจา สัมมากัมมันโต สัมมาอาชีโว,* **เป็นกลุ่มศีล.**

ทีนี้ ต่อไป **กลุ่มที่ ๓ : สัมมาวายาโม** มีความพากเพียรพยายามอยู่อย่างถูกต้อง; นี่ก็**ต้องมีสติ**ควบคุมมันไว้ ให้มันมีความพากเพียรอย่างถูกต้อง. **ก็มี สัมมาสติ** มีความพากเพียรไม่ย่อหย่อน แล้วก็มีสติควบคุมความเพียรนั้นไว้ ให้อยู่ในสภาพที่ถูกต้อง นี่ก็เรียกว่า**สัมมาสติ.** ครั้นแล้วก็**ใช้กำลังจิตทั้งหมดตั้งมั่นอยู่ในความถูกต้อง** เรียกว่า **สัมมาสมาธิ.**

นี่ขอให้ช่วยสนใจให้มาก จนเข้าใจกันเป็นอย่างดี **อย่าให้เพียงแต่ท่องได้;** ถ้าเพียงแต่ท่องได้ มันไม่สำเร็จประโยชน์อะไรนัก. ขอให้รู้จักจนประพฤติอยู่อย่างครบถ้วน ให้ชีวิตนี้มีการประพฤติกระทำอยู่อย่างครบถ้วน ตามความถูกต้อง ๘ ประการ, เรียกว่าความถูกต้อง ๘ ประการนี้มันฟังง่าย ฟังง่ายกว่าที่จะพูดว่าอริยมรรคมีองค์ ๘ ประการ, แต่มันก็เรื่องเดียวกันแหละ. **อริยมรรคมีองค์ ๘ ประการ** ก็เพราะมันมีความถูกต้อง ๘ ประการนี้

รวมตัวกันเข้าเป็นเสมือนหนึ่งหนทาง, แต่เป็นหนทางแห่งชีวิต เรียกว่า **ทางแห่งชีวิตที่ถูกต้อง** ประกอบอยู่ด้วยองค์ ๘ ประการอย่างนี้. นี่เรียกว่าหลักพื้นฐาน หลักพื้นฐานของการดำรงชีวิตอยู่อย่างถูกต้อง

ขอร้องเป็นพิเศษว่า **จงได้พยายามทำความเข้าใจเรื่องอริยมรรคมีองค์ ๘ จนประพฤติปฏิบัติอยู่ที่เนื้อที่ตัว** มองไปก็ให้เห็นว่า โอ มันมีความถูกต้อง ๘ ประการนี้อยู่ในเรา.

เป็นอยู่โดย ศีล สมาธิ ปัญญา.

ทีนี้ก็จะพูดต่อไปตามหลักที่ใช้พูด **ความถูกต้อง ๘ ประการนั้น ก็คือสิ่งที่เรียกว่าศีล สมาธิ และปัญญา,** หากแต่ว่ากลับหัวกลับหางกันเสีย: เอา **ปัญญามาพูดก่อน** คือสัมมาทิฏฐิและสัมมาสังกัปโป **นี้ปัญญา,** แล้วสัมมาวาจา สัมมากัมมันโต สัมมาอาชีโว **นี่เป็นศีล,** แล้วสัมมาวายาโม สัมมาสติ สัมมาสะมาธิ **นี่สมาธิ.**

ข้อนี้อาตมาก็ถูกด่า พวกตั้งตัวเป็นครูบาอาจารย์เขาหาว่าเราสอนผิด ที่มาแนะขึ้นมาว่าต้องปัญญามาก่อน. **ปัญญามาก่อนศีล มาก่อนสมาธิ นี้ไม่ใช่เราว่าเอาเอง;** *พระพุทธเจ้าท่านตรัสไว้เป็นหลักในอริยมรรคมีองค์* ๘ ว่าองค์ทั้ง ๘ นั้น องค์ที่เป็นปัญญาต้องมาก่อน, แล้วองค์ที่เป็นศีลตามมา องค์ที่เป็น

สมาธิตามมา เพื่อจะได้ถูกต้อง **ถ้าไม่มีปัญญามาก่อนแล้ว ศีลจะไม่ถูกต้อง,** มันจะเหวี่ยงออกนอกลู่นอกทาง เข้ารกเข้าพงไป หรือจะยึดมั่นถือมั่นมากเกินไป จนเป็นสีลัพพัตตปรามาสไปเสียหมด, ประพฤติปฏิบัติอะไรก็เป็นสีลัพพัตตปรามาสไปเสียหมด คือยึดมั่นถือมั่นโดยความเป็นของวิเศษศักดิ์สิทธิ์ มีฤทธิ์ มีเดช มีปาฏิหาริย์ เกินกว่าเหตุผลที่มีอยู่.

เช่นว่า **ศีล จะช่วยละกิเลสชั้นนอก ๆ ก็จัดให้เป็นเรื่องขลัง เป็นเรื่องศักดิ์สิทธิ์,** เป็นเรื่องที่จะทำให้ได้อำนาจอันลึกลับ อันเร้นลับอะไรไปนั่น, **นี่ถือศีลผิดความประสงค์มุ่งหมายอันแท้จริงของศีล** ก็กลายเป็นสีลัพพัตตปรามาส คือความโง่ของคนนั้นมันลูบคลำศีลจนสกปรกไปเสีย, กลายเป็นเรื่องขลังเรื่องศักดิ์สิทธิ์เรื่องนอกลู่นอกทางไปเสีย, **ถ้าปัญญามาก่อนมันทำอย่างนั้นไม่ได้.**

ฉะนั้น **จึงเอาปัญญามาก่อน ปัญญารู้อะไรเป็นอย่างไร** อะไรเป็นอย่างไร, **กระทั่งปัญญาสูงสุดที่รู้ว่าสิ่งทั้งหลายทั้งปวงยึดมั่นถือมั่นไม่ได้** มันก็ไม่ต้องยึดมั่นศีลให้เป็นของสกปรก.

เรื่องศีลนี้จำไว้ง่าย ๆ ว่า **จงสมาทานศีล อย่าอุปาทานศีล** คืออย่ายึดมั่นถือมั่นศีลด้วยอุปาทาน, แต่**ให้สมาทานศีล คือถือเอาด้วยดี** ถือไว้อย่างถูกต้อง, **ปฏิบัติบัติอยู่อย่างถูกต้อง**

นี้เรียกว่าสมาทาน. ถ้าอุปาทานแล้วก็**มันยึดเอาศีลนี่เป็นเรื่องขลัง เป็นเรื่องศักดิ์สิทธิ์** เป็นเรื่องผิดธรรมดา, แล้วก็จะอวดดีอวดเด่น จะยกตนข่มท่าน เพราะมีศีลด้วยอุปาทาน.

จำไว้ ๒ คำง่าย ๆ ว่า **อุปาทาน** นั้นยึดมั่นถือมั่น **ใช้ไม่ได้, สมาทาน** นั้นแปลว่า **ถือเอาไว้อย่างดี นี้ใช้ได้.** ฉะนั้นทำอะไรทุกอย่าง ก็**จงทำอย่างวิธีสมาทาน** คือถือเอาไว้เป็นอย่างดี, **อย่าทำด้วยวิธีอุปาทาน** คือยึดมั่นถือมั่น มันจะเป็นทุกข์ไปตั้งแต่ต้นมือ เพราะมันหนักด้วยความยึดมั่นถือมั่น เพราะความโง่

คำว่า **ยึดมั่นถือมั่นนั้นต้องทำด้วยความโง่เสมอ; ถ้ามีสติปัญญามันไม่ยึดมั่นถือมั่น,** มันจะถือเอาไว้แต่พอดี มันจะถือไว้อย่างดี. **ถ้าถือด้วยสติปัญญาก็จะเป็นสมาทาน,** ถ้าถือเอา**ด้วยอวิชชาตัณหา มันก็เป็นอุปาทาน,** แยกคำว่า อุปาทาน กับคำว่า สมาทาน ให้ออกจากกันเสียอย่างนี้ก็จะปลอดภัย.

นี่ก็ชี้ให้เห็นว่าเรื่อง**อริยอัฏฐังคิกมรรคนั้น ก็คือเรื่องศีล สมาธิ ปัญญา** แต่ว่า**กลับลำดับกันอยู่.** ที่เรากล่าวว่า ศีล สมาธิ ปัญญา, ศีล สมาธิ ปัญญา นี้ **กล่าวตามลำดับชั้น** ลำดับค่าสูงต่ำ หรือกล่าว**ตามหลักวิชาการ.** แต่**ถ้ามาเป็นการปฏิบัติเป็นวิธีการ**ของการปฏิบัติแล้ว**ต้องว่าปัญญา ศีล สมาธิ,** ปัญญา

ศีล สมาธิ, ปัญญา ศีล สมาธิ นั้นจึงจะเป็นการปฏิบัติที่จะได้รับผลจริง. ถ้าศีล สมาธิ ปัญญา ไม่เคยมีปัญญามานำหน้าของศีลของสมาธิแล้ว ศีล สมาธิ นั้นก็เฉออกข้างทาง ออกนอกลู่นอกทางไปเป็นสีลัพพัตตปรามาสหมด.

แต่ **ถ้ามีปัญญาหรือสัมมาทิฏฐิควบคุมอยู่** มันไม่ไป มันอยู่ในร่องในรอย, **ปัญญาก็จูงศีล สมาธิ ให้ได้ทำหน้าที่ยิ่งขึ้น,** เมื่อสมาธิทำหน้าที่ยิ่งขึ้น ก็ส่งเสริมให้ปัญญามีกำลังมากขึ้น, ปัญญามีกำลังมากขึ้นแล้ว ก็นำศีล สมาธิ ให้เป็นไปอย่างถูกต้องยิ่งขึ้นไปอีก สูงขึ้นไปอีก, ศีล สมาธิสูงขึ้นไปอีก ก็ส่งเสริมให้เกิดปัญญาที่สูงขึ้นไปอีก, ปัญญาก็สามารถนำศีล สมาธิ ได้สูงยิ่งขึ้นไปอีก จนกระทั่งวาระสุดท้าย คือสูงสุด คือหลุดพ้น.

นี่เรื่องของศีล สมาธิ ปัญญา ถ้า**กล่าวโดยวิชาการ** ก็เรียงลำดับว่า ศีล สมาธิ ปัญญา, **ถ้ากล่าวโดยปฏิบัติการ** โดยพฤตินัยแล้วก็จะพูดว่า ปัญญา ศีล สมาธิ; แต่เราไม่ค่อยได้ยิน และ**พระพุทธเจ้าก็ตรัสไว้ในรูปของอริยมรรคมีองค์ ๘,** ๘ ประการนั้นท่านตรัสปัญญา ศีล สมาธิ, ปัญญา ศีล สมาธิ, ปัญญา ศีล สมาธิ, แต่เราไม่ได้ยินว่าอย่างนั้น. เราได้ยินว่า สัมมาทิฏฐิ สัมมาสังกัปโป สัมมาวาจา สัมมากัมมันโต สัมมาอาชีโว สัมมาวายาโม สัมมาสติ สัมมาสมาธิ ไปเสีย ก็เลยไม่รู้ ไม่ได้สังเกต เพราะว่าเป็นคนที่ไม่สังเกต. **ถ้าเป็นคนสังเกต** สักหน่อย

ก็จะพบได้ด้วยตนเองว่า ในเมื่อพระพุทธเจ้าท่านจะตรัสไว้ในฐานะเป็นทางปฏิบัติแล้ว ท่านก็ตรัสเป็นลำดับเป็น ปัญญา ศีล สมาธิ โดยนัยดังที่กล่าวมานี้.

ทีนี้ก็มีเรื่องที่จะต้องทราบต่อไปอีกว่า ในองค์ทั้ง ๘ นั้น, องค์ทั้ง ๘ นั้น **องค์ที่เป็นประธาน** เป็นเจ้าของเรื่อง ก็คือสมาธิ **คือสัมมาสมาธิ;** จะเข้าใจได้ง่ายก็เปรียบด้วยกองทัพ, *สมาธินั้นเปรียบเหมือนกับกองทัพหลวง* ที่มีแม่ทัพบัญชางานกองทัพหลวง กองทัพที่เป็นประธาน ส่วน*สัมมาทิฏฐิก็เป็นกองทัพหน้า* กองที่ต้องไปข้างหน้า นำไปข้างหน้า หาวิธีการที่จะให้การรบนั้นดำเนินไปด้วยดี ก็ติดต่อกับกองทัพหลวง. กองทัพหลวงก็มีแผน ดำเนินงานไปตามที่กองทัพหน้าได้รายงานไว้อย่างถูกต้องอย่างไร. นี้จึงต้อง **มีสัมมาทิฏฐิ คือความถูกต้องเป็นกองทัพหน้า,** แล้วองค์อื่น ๆ นอกนั้นก็เป็นกองทัพข้างซ้ายข้างขวา หรือกองเสบียงอาหารอะไรไปตามเรื่อง, รวมกันหมดครบ ๘ องค์พอดี ก็สำเร็จประโยชน์.

เมื่อทำหน้าที่กันจริง ๆ องค์ทั้ง ๘ ทำหน้าที่กันจริง ๆ ก็ปรากฏเป็นว่า **องค์ทั้ง ๗ ข้างต้นนั้นเป็นบริวารขององค์สุดท้าย,** องค์สุดท้ายคือสมาธิ แล้วองค์ ๗ องค์ข้างหน้านั้นเป็นบริวารของสมาธิ. **อย่างนี้เรียกว่า อริยสัมมาสมาธิ มีบริขาร ๗,** ถ้าว่ามันทำครบ เมื่อมันครบทั้ง ๘ องค์ แล้วในลักษณะที่ทั้ง ๗ องค์นั้น

เป็นบริวารของสมาธิแล้ว, **สมาธินั้นจะเปลี่ยนชื่อเป็นอริยสัมมาสมาธิมีบริขาร ๗;** ก่อนนี้มีชื่อว่าสัมมาสมาธิยังไม่เต็มยศ โดยแจกเป็นองค์ ๆ องค์ ๆ คล้ายกับมีน้ำหนักเท่า ๆ กัน, แต่ครั้นทำงานเข้าจริงให้สำเร็จประโยชน์. ให้ตัดกิเลสได้นั้น องค์ทั้ง ๗ ต้องทำหน้าที่เสมือนหนึ่งเป็นบริวารขององค์สุดท้าย คือสมาธิ, พอทำได้อย่างนี้ สมาธินั้นเปลี่ยนชื่อเป็นอริยสัมมาสมาธิ มีบริขาร ๗. ก่อนนี้ก็ชื่อสัมมาสมาธิเหมือนเพื่อนแหละ แต่ครั้น**ประกอบกันทำหน้าที่สมบูรณ์เสร็จแล้ว ทั้ง ๗ องค์นั้นแวดล้อมหรือส่งเสริมสมาธิ, สมาธิก็ทำหน้าที่รบข้าศึก คือกิเลสได้สำเร็จ,** สัมมาสมาธิ ได้รับการเชิดชูยกขึ้นสูงกว่า เป็นอริยสัมมาสมาธิมีบริขาร ๗, องค์ ๗ ข้างต้นเป็นบริวารของสัมมาสมาธิ ในลักษณะอย่างนี้.

ถ้ารู้เรื่องอริยมรรคมีองค์ ๘ แล้วก็รู้เรื่องอริยสัมมาสมาธิมีบริขาร ๗ นี่ไว้ด้วย มี ๘ ก็จริง แต่พอมีทำหน้าที่คุ้มกันเป็นกองทัพแล้วมันยกสมาธิขึ้นเป็นหลัก เป็นขุน เป็นขุนพล เป็นจอมทัพ นอกนั้นก็แวดล้อมจอมทัพ จอมทัพก็ทำหน้าที่กำจัดข้าศึก, หมายความว่า **สมาธิในที่นี้มีปัญญาอยู่ในสมาธินั้นด้วย.** ฉะนั้นจึงสามารถกำจัดข้าศึก สัมมาสมาธิมีปัญญาของสัมมาทิฏฐิเข้ามาเป็นกำลัง สำหรับแหวกไปฟันฝ่าไป มันก็ทำได้ นอกนั้นก็ร่วมมือช่วยเหลือให้สำเร็จประโยชน์.

นี่ถ้าดูให้ดี ก็จะมองเห็นเป็นว่า *ในเรื่องของชีวิตนี้ มีการต่อสู้เหมือนกับการทำสงคราม,* **การปฏิบัติธรรมที่ถูกต้องนั้นจะมีลักษณะเหมือนการทำสงคราม คือทำสงครามระหว่างกิเลสกับโพธิ,** ระหว่างความรู้กับความไม่รู้, หรือระหว่างความทุกข์กับจิตที่มีปัญญา.

ถ้าดำรงชีวิตได้อย่างนี้ ก็เรียกว่าดำรงชีวิตถูกต้อง โดยหลักพื้นฐาน, โดยหลักพื้นฐาน ดำรงชีวิตถูกต้องโดยหลักพื้นฐาน, ชีวิตเป็นไปในลักษณะที่ทำลายกิเลสอยู่เรื่อยไป เปรียบเหมือนกองทัพที่มีอาวุธสำคัญรุกไล่ข้าศึกถอยไป, หรือเหมือนกับว่ามันพ่นไฟไปข้างหน้า อะไร ๆ ก็วินาศไปตามลำดับ สมาธิมีกำลังอย่างนี้.

ดังนั้นเป็นอันว่า จะเรียกอัฏฐังคิกมรรค, อริยอัฏฐังคิกมรรคก็ดี จะเรียกว่า อริยสัมมาสมาธิมีบริขาร ๗ ก็ดี, มันก็เรื่องเดียวกัน. แต่ถ้าเราพูดเป็นองค์ ๆ เป็นองค์ ๆ เป็นอัฏฐังคิกมรรคมีองค์ ๘ เป็นองค์ ๆ อย่างนี้ ก็ยังไม่ได้สู้รบตบมืออะไร, แต่**พอกลายเป็นอริยสัมมาสมาธิมีบริขาร ๗ กลายเป็นเวลาที่สู้รบตบมือกับข้าศึก,** ทำลายล้างข้าศึกอย่างยิ่ง. สิ่งเดียวเท่านั้นแหละ เมื่ออยู่กันเป็นองค์ ๆ ก็เหมือนกับพักผ่อนอยู่, พอลุกขึ้นต่อสู้กิเลส องค์สุดท้ายเป็นแม่ทัพ ขุนพล องค์ ๗ องค์ที่เหลือเป็นบริวาร. นี่คือหลักพื้นฐานของการดำรงชีวิตโดยหลักพื้นฐาน.

เป็นอยู่โดยถูกต้องตามหลักสมถะวิปัสสนา.

แต่ก็ยังมีเรื่องพิเศษที่ควรจะทราบ เป็นเรื่องเบ็ดเตล็ดก็ได้ แต่ก็ควรจะทราบว่า *บางทีพระพุทธเจ้าทรงแสดงอัฏฐังคิกมรรคโดยถ้อยคำอันอื่น* คือโดยถ้อยคำว่า *สมโถ* จ *วิปสฺสนา* จ อย่างนี้ก็มี คือเมื่อจะแสดงว่าอะไรเป็นความดับทุกข์ ดับกิเลส ดับทุกข์ดับปัญหาต่าง ๆ ในบางแห่งแทนที่จะตรัสว่าอัฏฐังคิกมรรค ตรัสว่า *สมโถ* จ *วิปสฺสนา* จ *ก็มี* แปลว่า *สมถะด้วย วิปัสสนาด้วย,* **มีเพียง ๒ เท่านั้น ไม่มีศีล.**

ทีนี้บางคนจะสงสัย หรือนักค้านโง่ ๆ นั้นจะค้านพระพุทธเจ้า ว่า**ทำไมไม่พูดถึงศีล**เล่า? ถ้าในกรณีอย่างนี้ ก็ไม่ต้องพูดถึงศีล **เพราะเอาศีลไปบรรจุไว้ในสมถะเสียแล้ว,** ศีลรวมอยู่ในระบบสมถะเสียแล้ว มันจึงยังเหลือแต่สมถะด้วยวิปัสสนาด้วย, ๒ อย่างเท่านั้น. นี่อย่างนี้เราจะต้องเข้าใจกันไว้ให้ดี ๆ ว่าพระพุทธเจ้านั้นต้องตรัสถูกต้องเสมอแหละ, แม้บางทีจะตรัสเพียง ๒ บางทีจะตรัสเพียง ๓ บางทีขยายออกเป็น ๘ มันก็เรื่องเดียวกันทั้งนั้นแหละ.

ถ้าจัดเป็น ๘ แล้ว **ก็องค์มรรคมีองค์ ๘, ถ้าจัดเป็น ๓ ก็ศีล สมาธิ ปัญญา,** ถ้าจัดเป็น**อีกระบบหนึ่ง** เรียกชื่อว่า **สมถะและวิปัสสนา เพียง ๒** อย่างเท่านั้น. ศีลอยู่ในสมถะ ศีลรวมอยู่ในสมถะ, เป็นบริวาร คือรวมอยู่ในคำว่า สมถะ ก็ได้ คือ

ความสงบทางกาย ทางวาจา ทางจิต แล้วก็มีปัญญาที่เป็นวิปัสสนาเห็นแจ้งแทงตลอดสิ่งทั้งปวง ถ้าพูดเพียง ๒ เรื่อง, แม้จะพูดเพียง ๒ เรื่อง ว่าสมถะและวิปัสสนา มันก็หมดเหมือนกัน สามารถที่จะทำลายความทุกข์ได้ด้วยกันเหมือนกัน. ฉะนั้น จะพูดสั้น ๆ *ว่า ดำรงชีวิตด้วยสมถะและวิปัสสนา ก็เรียกว่าดำรงชีวิตถูกต้องตามหลักพื้นฐานอยู่นั่นเอง.*

นี่อาตมาได้แสดงมาโดยหัวข้อ ว่าจะ**กล่าวโดยอัฏฐังคิกมรรคก็ได้,** หรือจะกล่าวโดยอริยสัมมาสมาธิมีบริขาร ๗ ก็ได้, โดย**ศีล สมาธิ ปัญญาก็ได้,** โดย **สมถะและวิปัสสนาก็ได้,** มันเท่ากันเลย มันเหมือนกันเลย มันเท่ากันเลย แต่เรียกชื่อไม่เหมือนกัน เรียกชื่อยาวสั้นกว่ากัน แจกมากแจกน้อยกว่ากัน, แต่เป็นเรื่องเดียวกันและเท่ากัน. เอาทั้งหมดมาแบ่งเป็นสมถะและวิปัสสนา มันก็ได้เพียง ๒ เรื่อง, เอามาแบ่งเป็นศีล สมาธิ ปัญญามันก็ได้ ๓ เรื่อง, เอามาแบ่งเป็น ๘ มรรคมีองค์ ๘ มันก็ได้ ๘ เรื่อง; แต่ทั้งหมดนั้นเป็นเรื่องเดียวกันเท่ากัน, **พูดต่างกันโดยวิธีสำหรับพูด, แต่ตัวเรื่องที่พูดนั้นมันเท่ากัน.**

ปฏิบัติอยู่ในกุศลกรรมบถ ๑๐.

ทีนี้ก็จะได้บอกกล่าวกันต่อไป ถึง**ชื่อของธรรมะอื่น ๆ** ซึ่งเป็นหลักดำรงชีวิต, **เป็นหลักดำรงชีวิตถูกต้องโดยพื้นฐาน.**

ขอให้จำคำนี้ไว้ให้ดี ๆ หลักดำรงชีวิตอย่างถูกต้องโดยพื้นฐาน โดยธรรมชาติพื้นฐาน กล่าวมาแล้ว ๓ พวก ๓ หมวด.

ทีนี้จะกล่าวถึงหมวดอื่นบ้าง ก็คือหมวดที่เรียกว่า **กุศลกรรมบถ** นี้ก็คือความถูกต้องทางกาย ทางวาจา และทางใจ **กายกรรม** ๓ อย่าง, **วจีกรรม** ๔ อย่าง **มโนกรรม** ๓ อย่าง ซึ่งชินหูหรือว่าชินตา อ่านกันมามากแล้ว ให้มันถูกต้องทางกาย ทางวาจา ทางใจ แม้จะไม่กล่าวถึงมรรค ผล นิพพาน, แต่ก็เป็น มรรค ผล นิพพาน อยู่ในตัว. **ถ้ามีความถูกต้องทางกาย ,** แล้ว **ทางวาจา** แล้ว**ทางจิต** แล้วมันก็ไม่ไปไหน, **สมถะวิปัสสนาก็ย่อมจะเกิดขึ้นมาเอง,** นี่เป็นการกล่าวขั้นพื้นฐานที่สุด. เพราะฉะนั้นหลัก**กุศลกรรมบถ ๑๐ จึงถูกจัดไว้เป็นหลักพื้นฐานสำหรับระดับทั่วไป**ในระดับต่ำ ระดับชาวบ้าน, ระดับฆราวาสครองเรือน.

ผู้ที่เคยศึกษาเรื่องกุศลกรรมบถ ๑๐ มาแล้ว ก็พึงเข้าใจให้ดีว่า เมื่อท่านกล่าว**โดยหลักพื้นฐานทั่วไป** ถึงขั้นฆราวาสครองเรือนก็กล่าวเป็นหลักอย่างนี้; แต่อย่าลืมว่า**โดยหลักกุศลกรรมบถ ๓ อย่างนี้** มัน**ขึ้นไปได้ถึงเรื่องสมถะและวิปัสสนา;** โดยเฉพาะ**มโนกรรมที่ไม่โลภ** เพ่งเล็ง **ที่ไม่พยาบาท** ที่**ไม่เบียดเบียน** นั้น, **เป็นความถูกต้องทางจิต** ซึ่งเมื่อมีความถูกต้องอย่างนี้แล้ว มันย่อมมีความเป็นสมาธิ เป็น

สมถะ เป็นวิปัสสนา ไปตามลำดับ โดยที่จะรั้งไว้ไม่อยู่, แต่เมื่อกล่าวโดยหลักพื้นฐานขั้นต้น ๆ ก็กล่าวไว้อย่างนี้ก่อน ให้มันอยู่ในระดับง่าย สำหรับเด็ก ๆ หรือสำหรับคนที่แรกตั้งต้น, แต่อย่าลืมว่าถ้ามันตั้งต้นได้แล้วมันเอาไว้ไม่อยู่ดอก มันต้องไปจนถึงสุดท้ายด้วยเหมือนกัน. ฉะนั้นอย่าดูถูกกุศลกรรมบถ ๑๐ ว่ามันตื้นหรือมันง่าย หรือว่ามันปักหลักอยู่ที่นี่ไม่ไปไหน, อย่างนั้นก็ไม่ใช่; ลอง **เจริญกุศลกรรมบถ ๑๐ ให้ถูกต้องสิ มันก็ไป ไปจนถึงสมาธิ, จนถึงวิปัสสนาได้ด้วย.**

ปฏิบัติโดยถูกต้องกับสิ่งทั้งปวงยึดเป็นตัวตนไม่ได้.

ทีนี้ ก็จะกล่าวไปในรูปแบบที่เรียกว่า เอาเปรียบในการกล่าวก็ได้ โดยวิธีที่เหมาะกับการที่ทุกสิ่งยึดถือไม่ได้ นี่หมายความว่า ถ้าเขาถามว่าท่านปฏิบัติอย่างไร, ท่าน**มีหลักปฏิบัติอย่างไร,** ท่าน**มีแนวปฏิบัติอย่างไร?** เราก็**ตอบอย่างไม่มีทางผิด**ว่า**ปฏิบัติโดยแนวที่เหมาะสมกับการที่ทุกสิ่งมันยึดถือว่าตัวตนไม่ได้,** ธรรมชาติพื้นฐานมันมีอยู่ว่า ธรรมชาติทั้งหลายมันเป็นสิ่งที่ว่าเป็นตัวตนไม่ได้. ฉะนั้นเราปฏิบัติอะไร **ปฏิบัติอะไรก็ตาม ให้มันเหมาะเข้ากันได้กับเรื่องที่ว่า ทุกสิ่งยึดถือเป็นตัวตนไม่ได้;** นี้คือธรรมชาติ ธรรมชาติมันมีมาในลักษณะที่ว่า

ยึดถือเอาเป็นตัวตนไม่ได้, ให้เป็นสักแต่ว่าธรรมชาติ. ถ้าไปยึดถือเป็นตัวตน มันก็ฝืนกระแส มันก็สู้รบกับธรรมชาติ, มันก็ตายเปล่า; **ฉะนั้นปฏิบัติให้คล้อย ให้ถูกต้องกับข้อที่ว่า สิ่งทั้งปวงยึดถือว่าเป็นตัวตนไม่ได้.**

เรื่องสิ่งทั้งปวงยึดถือว่าเป็นตัวตนไม่ได้นี้ พูดมามากมายแล้ว และเข้าใจว่าพอจะเข้าใจกันได้ ว่า**สิ่งปรุงแต่งทั้งหลายเป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา, สิ่งปรุงแต่งนั้น คือสังขาร** สังขารแปลว่าปรุงแต่ง เรียกสั้น ๆ ว่า สิ่งปรุงแต่ง.

ทีนี้คำว่า สิ่งปรุงแต่ง นั้นมีความหมาย ๒ ความหมาย คือว่ามัน**ถูกปรุงแต่ง**มาโดยสิ่งอื่น มาเป็นอย่างนี้, แล้วมันก็**จะปรุงแต่งสิ่งอื่น ๆ ต่อไปอีก,** คำว่า **ปรุงแต่งนั้นมีทั้งฝ่ายกระทำและฝ่ายถูกกระทำ;** *ฝ่ายถูกกระทำก็ถูกปรุงแต่งมาแล้ว ก็เรียกว่าสังขาร, แล้วมันยังมีหน้าที่ปรุงแต่งสิ่งอื่นต่อไปอีก ก็ยังเรียกว่าสังขาร;* ฉะนั้นสังขารจึงมีความหมายเป็นทั้งฝ่ายถูกกระทำ และฝ่ายกระทำ, พูดภาษาไวยากรณ์ก็*เป็นทั้งกัตตะ และเป็นทั้งกัมมะ.*

สิ่งที่เป็นสังขาร คือสิ่งปรุงแต่งนั้น ไม่มีอะไรที่ยึดถือเอาเป็นตัวตนได้ คือ**เป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา;** ดังนั้นเราจะต้องวางหลักปฏิบัติการเป็นอยู่ของเรา ให้สมคล้อยกับความจริงข้อนี้ คือความจริงที่ว่า **สิ่งทั้งปวงยึดถือว่าตัวตนไม่ได้, พอมี**

หลักผิดไปจากนี้ มันก็กัดเอาทันที, สังขารที่เราไปยึดเอาเป็นตัวตน มันจะกัด ย้อนกลับมากัดเอาทันที, นั่นแหละ **คือความทุกข์.**

จงปฏิบัติชนิดที่ว่าเข้ากันได้กับกฎของธรรมชาติอันเด็ดขาด ว่า**สิ่งทั้งหลายทั้งปวงยึดถือว่าตัวตนไม่ได้, นี้คือหัวใจของพระพุทธศาสนา** *ที่มีบาลีว่า สพฺเพ ธมฺมา นาลํ อภินิเวสาย - ธรรมทั้งหลายทั้งปวงอันใคร ๆ ไม่ควรยึดมั่นถือมั่น ;* ธรรมในที่นี้หมายถึงสิ่ง, สิ่งในที่นี้หมายถึงสังขาร และเลยไปถึงวิสังขารก็ได้, แม้ที่เป็นวิสังขารมิใช่สังขาร ก็ไม่ควรยึดมั่นถือมั่นว่าเป็นตัวตน เพราะมันเป็นตัวธรรมชาติเอง. *สังขารก็เป็นสังขาร, วิสังขารก็เป็นวิสังขาร จะมายึดมั่นเป็นตัวเป็นตนของตนไม่ได้;* ดังนั้น **พระนิพพานก็เป็นพระนิพพาน จะมาเป็นตัวตนของใครไม่ได้.**

ทีนี้ที่เกี่ยวกับเรื่องของคนคนหนึ่ง มันก็มีว่า **จิตมีความรู้สึกคิดนึก, มันคิดนึกไปในทางยึดมั่นถือมั่น** มันก็เป็นความยึดมั่นถือมั่น; **แต่เมื่อสิ่งทั้งหลายทั้งปวงยึดถือไม่ได้ จิตนี้ก็ไม่ควรยึดถือสิ่งใดว่าเป็นตัวตน,** แม้แต่ว่าร่างกายนี้, แม้แต่ชีวิตนี้, แม้แต่อัตภาพนี้, จิตนี้ก็ไม่ควรจะยึดมั่นว่าของตน. นี้สิ่งที่นอกออกไป เช่นบุญ กุศล สวรรค์ นิพพานด้วยก็ได้ ว่าเป็นธรรมชาติ ตามธรรมชาติ, ไม่อาจจะยึดถือว่าเป็นตัวตนของตน.

พระนิพพานเป็นวิสังขารไม่มีความทุกข์เลย แต่ถึงอย่างนั้นก็**ไม่อาจจะถูกยึดถือว่าเป็นตัวตนหรือของตน**ให้แก่ใครได้, คงเป็นพระนิพพานถาวรอยู่ตลอดกาล.

นี้สรุปความสั้น ๆ ว่า **จะต้องปฏิบัติให้เหมาะกับการที่สิ่งทั้งหลายทั้งปวง อันใคร ๆ ยึดมั่นถือมั่นไม่ได้.**

เป็นอยู่โดยไม่ต้องรักโกรธเกลียดกลัว ฯลฯ

ทีนี้ก็จะพูดต่อไปอีก ต่อไปอีกให้มันฟังง่ายขึ้นไปอีก **จะปฏิบัติในลักษณะที่ ไม่มีอะไรที่จะต้องไปรัก ไปโกรธ ไปเกลียด ไปกลัว ไปอาลัยอาวรณ์ ไปหึงไปหวง ไปอิจฉาริษยา,** ปฏิบัติโดยหลักที่ไม่ต้องมีอะไร ที่จะต้องเข้าไปรัก ไปโกรธ ไปเกลียด ไปกลัว เป็นต้น.

แล้วก็เลยไปถึงว่า ประหลาด หรืออัศจรรย์ น่าอัศจรรย์ ถ้ายังเห็นเป็นของประหลาดอยู่ คนนั้นยังโง่อยู่, ถ้ายังเห็นเป็นของน่าอัศจรรย์อยู่ก็คนนั้นมันยังโง่อยู่, ระวังให้ดี. เรื่องนี้ อาจจะกล่าวรวมไปถึงว่า แม้พระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ ก็เถอะ ก็เป็นตามธรรมชาติ ตามกฎเกณฑ์ของท่าน, ไม่น่าประหลาด ไม่น่าอัศจรรย์. แต่ยกเว้นให้สำหรับพูดตามธรรมดา พูดภาษาชาวโลก ก็ได้ยินอุบาสกอุบาสิการ้องตะโกนว่า พระพุทธเจ้าน่าอัศจรรย์จริง, พระธรรมน่าอัศจรรย์จริง, พระสงฆ์น่าอัศจรรย์จริง, นี่ก็ไม่เป็นไร, นี้

พูดตามความรู้สึก แต่ว่าจิตไม่ได้หมายมั่นเป็นตัวเป็นตน เขาพูดตามความรู้สึก, เรื่องอย่างนี้มีบ่อยบาลีนี่. พระพุทธเจ้าน่าอัศจรรย์จริงนี้ พระพุทธเจ้าไม่เคยตรัส, พระพุทธเจ้าจะตรัสอย่างนั้นไม่ได้. แต่เรา ๆ ชาวโลกนี้ พอรู้จักพระพุทธเจ้า พระธรรม พระสงฆ์เข้าก็รู้สึกว่าน่าอัศจรรย์ น่าอัศจรรย์ น่าอัศจรรย์ ก็ตะโกนออกมา, นี้ก็แปลว่าเป็นความรู้สึกเท่านั้น **ไม่ใช่ความจริงของธรรมชาติ,** โดย**ความจริงของธรรมชาติ สิ่งทั้งหลายทั้งปวงก็สักว่าเป็นธรรมชาติ.**

ทีนี้ จะให้เห็นไปถึงข้อที่ว่า ไม่มี**อะไรที่จะควรเรียกว่าน่าอัศจรรย์** หรือน่าอัศจรรย์ ในโลกนี้เวลานี้, เขาทำอะไรได้ซึ่งคนทั้งหลายเป็นผู้หลงว่าน่าอัศจรรย์ น่าอัศจรรย์อย่างยิ่ง จึงไปซื้อทีวีมา, จึงไปซื้อวีดีโอมา, ไปซื้อรถยนต์มา, ไปซื้ออะไรต่าง ๆ ที่ว่ามันน่าอัศจรรย์, นี้คือความโง่. ถ้ารู้สึกว่าสิ่งเหล่านี้น่าอัศจรรย์ก็เรียกว่าความโง่ยังเหลืออยู่มาก; แต่ถ้ารู้ว่ามันเช่นนั้นเอง, มันเช่นนั้นเอง มันเช่นนั้นเอง, ของที่เห็นว่าน่าอัศจรรย์สักเท่าไรจะไปโลกพระจันทร์กันได้, หรือว่าจะทำอะไร อีเล็คโทรนิคคอมพิวเตอร์ อะไรก็ตาม ถ้ายังรู้สึกว่าน่าอัศจรรย์อยู่ ก็คือมันยังโง่อยู่ **ถ้ารู้สึกว่าเช่นนั้นเอง,** เมื่อประกอบกันเข้าแล้วมันเป็นเช่นนี้เอง, เมื่อประกอบกันเข้าแล้วมันเป็นเช่นนี้เอง, เมื่อปรุงแต่งกันเข้าแล้ว มันเป็นเช่นนี้เอง, เช่นนั้นเอง อย่างนี้เรียกว่าไม่โง่.

ฉะนั้นจะต้องปฏิบัติจนถึงขนาดที่เรียกว่า ไม่มีอะไรที่เรียกว่าประหลาด หรือน่าอัศจรรย์ หรือน่ากลัว น่าตกใจ.

เอาที่เป็นอย่างง่าย ๆ กันดีกว่า อย่างนั้นมันเรื่องบางคนไม่รู้เรื่อง, เอาอย่างง่าย ๆ เช่นว่า เมื่อผ่าท้องนะ ชำแหละผ่าท้องคนหรือผ่าท้องสัตว์ เช่นวัว เช่นควาย เช่นหมู ออกมากระจายแผ่ออก, เด็ก ๆ กลัวทั้งนั้นแหละ เด็ก ๆ กลัวทั้งนั้น ถึงคนใหญ่บางคนก็กลัว, บางคนก็อาเจียน เพราะมันน่ากลัว หรือมันประหลาด. ถ้ายังรู้สึกน่ากลัวหรือน่าประหลาด อย่างนี้ก็คือยังไม่รู้อะไร, ยังไม่รู้อะไร. ถ้ารู้อะไรถึงที่สุด มันก็จะไม่มีอะไรที่น่ากลัว, นี้เพียงแต่เห็นเลือดมากสักหน่อยก็เป็นลมแล้ว, มันไม่มีความรู้ที่ถูกต้องว่า มันเช่นนั้นเอง ; ฉะนั้น **ถ้ามีความรู้อย่างถูกต้องว่าเช่นนั้นเองแล้ว ก็จะไม่มีอะไรที่น่าประหลาด** หรือที่น่าตกใจหรือน่ากลัว, นี่เรื่องธรรมดาแท้ ๆ เรื่องตลอดกาลด้วย. การที่ได้ผ่าคน หรือผ่าสัตว์ออกมาให้เห็นข้างใน เหมือนอย่างที่เขาชำแหละสัตว์ คนที่ไม่เคยเห็นมันก็น่ากลัว มันก็รู้สึกกลัว มันก็ตกใจมันก็ประหลาด, จะมีอะไรก็ตาม **มันเป็นเช่นนั้นเองทั้งนั้น;** ฉะนั้นจึงไม่ต้องประหลาดใจ ไม่ต้องอัศจรรย์ใจ ไม่ต้องกลัวไม่ต้องกลัว.

นี่เราจะปฏิบัติโดยหลักที่ว่าเราไม่ต้องรัก ไม่ต้องโกรธไม่ต้องเกลียด ไม่ต้องกลัว ไม่ต้องอาลัยอาวรณ์ ไม่ต้องวิตก

กังวล ไม่ต้องอิจฉาริษยา ไม่ต้องหึง ไม่ต้องหวง ไม่ต้องฆ่าตัวตายในที่สุด นี่เรียกว่าแสดงโดยผลที่มันจะได้รับ จากการปฏิบัติที่ถูกต้อง.

ปฏิบัติอยู่โดยหลักเพิกถอนกรรมเก่า.

เอ้า, ทีนี้ก็พูดเลยว่า **จะปฏิบัติในลักษณะที่เป็นการเพิกถอนกรรมเก่า** เพิกถอนกรรมเก่า ข้อนี้บางคนไม่ทราบ, แล้ว *บางคนก็ทราบมาผิด ๆ ที่ว่าอะไร ๆ ก็ล้วนแต่เป็นเรื่องของกรรมทั้งนั้น เป็นเรื่องเข้าใจผิด,* เข้าใจผิดกันอยู่เป็นพื้นฐาน. **แต่พระพุทธเจ้าท่านตรัสว่า สุขทุกข์มิใช่เป็นผลของกรรมเก่า,** ความสุขความทุกข์ที่ได้รับมิใช่เป็นผลของกรรมเก่า, แต่มัน **เป็นผลของการปฏิบัติผิดหรือปฏิบัติถูก ต่อกฎของอิทัปปัจจยตา. ถ้าปฏิบัติผิด**ต่อกฎของอิทัปปัจจยตา**ที่นี่และเดี๋ยวนี้, ต้องเป็นทุกข์**แหละ ถ้าปฏิบัติถูกต่อกฎอิทัปปัจจยตา **ที่นี่เดี๋ยวนี้** แล้วมัน**ไม่เป็นทุกข์**ดอก, *แม้ว่ากรรมเก่ามันจะมีมาจริง* ก็เอาให้มันมาเถอะ จะ*ต้อนรับด้วยกฎอิทัปปัจจยตา,* **ปฏิบัติให้ถูกต้องตามกฎของอิทัปปัจจยตาอยู่เสมอ** ในขณะที่อารมณ์มากระทบทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย ทางใจ, **มีผัสสะแล้ว มีสติปัญญา มีวิชชากำกับผัสสะ** อย่างนี้แล้ว **จะไม่มีทุกข์,** แม้ว่า

กรรมเก่ามันจะมีมา มันก็ทำให้เป็นทุกข์ไม่ได้.

นี้เป็นเรื่องที่สังเกตเห็นว่า **เข้าใจผิดกันอยู่มาก** อะไรก็กรรมเก่า, **ยอมแพ้กรรมเก่า,** กรรมเก่า. **แต่ธรรมะของพระพุทธเจ้านั้น ไม่ได้ว่าเป็นเพราะกรรมเก่า, สุขทุกข์มิใช่เป็นผลของกรรมเก่า, แต่เป็นผลของการปฏิบัติผิดหรือปฏิบัติถูก ต่อกฎอิทัปปัจจยตาที่นี่และเดี๋ยวนี้นั่น**. เราจะปฏิบัติชนิดที่ว่ากรรมเก่าทำอะไรไม่ได้ เราจะดำรงชีวิต ปฏิบัติตนอยู่ในลักษณะที่กรรมเก่าทำอะไรไม่ได้, มีแต่กรรมใหม่ที่ทำใหม่ถูกต้องดียิ่ง ๆ ขึ้นไป, ปฏิบัติอย่างนี้แหละวิเศษ.

ปฏิบัติในลักษณะเพิกถอนอำนาจของผีสางเทวดา.

นี้ต่อไปอีกก็ว่า **จะปฏิบัติในลักษณะที่มันเพิกถอนอำนาจ ของผีสางเทวดาพระเป็นเจ้าในที่สุด,** ปฏิบัติเพิกถอนชนะอำนาจของผีสางเทวดาต่ำ ๆ ผีโง่ ๆ ผีเด็ก ๆ ผีต่ำ ๆ จนถึงเทวดา จนถึงพระเจ้า จนถึงพระเป็นเจ้า จนถึงเป็นจอมพระเป็นเจ้า ก็ทำอะไรเราไม่ได้; เพราะเรามีเครื่องมือคือ อิทัปปัจจยตา พระเจ้าเหล่านั้น**จะสาปให้เราเป็นอะไรไม่ได้,** สาปไม่ได้ **เพราะเรามีหลัก อิทัปปัจจยตา,** ถืออยู่เป็นหลักว่า ปฏิบัติอย่างนี้มันไม่มีทุกข์ มันไม่เกิดทุกข์, ปฏิบัติอยู่อย่างนี้มัน **ไม่มีทางที่จะมีความทุกข์,** ต่อเมื่อเราปฏิบัติผิด, **ปฏิบัติผิดต่อกฎของ**

อิทัปปัจจยตา เสียเอง ถ้าอย่างนี้แล้ว **ต้องเป็นทุกข์** ไม่ต้องมีผีสางเทวดาที่ไหนเข้ามาให้โทษดอก, ไม่มีพระเจ้าที่ไหนมาสาปแช่งดอก มันก็เป็นทุกข์เสียเอง; เพราะปฏิบัติผิดต่อกฎอิทัปปัจจยตา คือปฏิบัติไปในทางที่ให้เกิดทุกข์ขึ้นมา. ขอให้เราปฏิบัติชนิดที่ว่าเพิกถอนอำนาจผีสางเทวดาพระเป็นเจ้า พระอะไรเสียได้, อยู่ด้วยความถูกต้องตามกฎ อิทัปปัจจยตา,

นี่คือ**หลักปฏิบัติ ที่เมื่อกล่าวเอาผลเป็นหลัก**ปฏิบัติเพื่อได้ผลอย่างนี้.

ปฏิบัติชนิดที่ขับไล่ โชคชะตาราศี.

ทีนี้ก็พูดเสียเลยว่า**เราจะปฏิบัติชนิดที่ไล่หรือตะเพิดไล่โชคเคราะห์ชะตาราศี,** ที่หมอดูว่าโชคร้าย ชะตาร้าย อะไรร้าย ชะตาราศีร้าย โชคร้าย เราตะเพิดไปให้หมดได้ ด้วยการปฏิบัติให้ถูกต้องต่อกฎของอิทัปปัจจยตาแล้ว มันเป็นทุกข์ไม่ได้, ฉะนั้นก็เลิก เลิกกันที**เรื่องโชคดีโชคร้าย** เรื่อง**ดวงดีดวงเสีย**ดวงอะไรนี้ **เลิกกันที;** เพราะว่าเราปฏิบัติตามกฎของอิทัปปัจจยตาอย่างถูกต้องแล้ว สิ่งเหล่านั้นก็ไม่มีความหมาย. ดังนั้นเราปฏิบัติในลักษณะที่ว่า ไม่มีโชคดีโชคร้ายกะเรา, **เราอยู่เหนือ เหนืออำนาจของโชค ของเคราะห์ ของไสยศาสตร์ทั้งหลาย.**

นี่ก็คล้ายกับว่า **ปฏิบัติจนอยู่นอกอำนาจของดวงดาว**

ของเคราะห์ชะตาราศีอะไร, กระทั่งอยู่นอกเหนืออำนาจของผีสางเทวดา พระเป็นเจ้าที่ยังกินสินบนน่ะ. พูดอย่างนี้ไม่ใช่ด่าเขา พูดตามความจริง, พระเป็นเจ้าถ้าตามแบบที่พูดกล่าว ๆ กันนั้น กินสินบนทั้งนั้น, ต้องมีบนบานบูชายันต์อย่างนั้นอย่างนี้, หรือจะต้องอ้อนวอน จะต้องอ้อนวอนก็กินสินบนชนิดหนึ่งเหมือนกัน. ถ้าต้องอ้อนวอนแล้วพระเจ้าจึงจะช่วยน่ะ, พระเจ้ากินสินบน คือการอ้อนวอนนั่นแหละ, พระเจ้าอย่างนี้เรามีการปฏิบัติชนิดที่จะออกมาเสีย ออกมาเสียจากอำนาจของพระเจ้า.

หลักสำคัญต้องดำเนินชีวิตตามกฎอิทัปปัจจยตา.

ทีนี้ก็รวมความว่า **เราจะต้องปฏิบัติดำเนินชีวิต ชนิดที่ไม่ให้ผิดต่อกฎของอิทัปปัจจยตา** มาจบกันที่นี่, เราจะต้องปฏิบัติดำเนินชีวิต ไม่ให้ผิดกฎของอิทัปปัจจยตา แล้วมันจะแก้ได้หมด. **ศึกษาเรื่องอิทัปปัจจยตาให้ดี ๆ ควบคุมผัสสะไว้ได้เสมอไป, ไม่ให้เกิดตัณหาอุปาทาน ไม่ให้เกิดทุกข์เลย** เพราะปฏิบัติไม่ให้ผิดต่อกฎของอิทัปปัจจยตา แล้วจะแก้ปัญหาได้หมด. นี่ใจความสำคัญมันมาอยู่ที่ตรงนี้แล้วว่า **ปฏิบัติถูกต้องโดยหลักพื้นฐาน ก็คือปฏิบัติอย่าให้ผิดต่อกฎของอิทัปปัจจยตา ที่เป็นความดับทุกข์,** ให้มันเป็นความหยุดความทุกข์ ดับความทุกข์ไล่ตะเพิดความทุกข์ออกไปเสียหมดสิ้น.

ปฏิบัติให้เกิดผลเป็นอยู่ดีไม่มีทุกข์ในสามภูมิ.

ที่นี้ก็ดูผลที่น่าชื่นใจในขั้นสุดท้าย ว่า**เราจะต้องปฏิบัติให้มีความเป็นอยู่ที่ดีที่สุดในทั้ง ๓ ภูมิ,** ในทั้ง ๓ ภูมิ: **กามาวจรภูมิ** คือยังต้อง*อยู่ด้วยกามคุณ* นี้ภูมิหนึ่ง, ต้องปฏิบัติให้ถูกต้อง ให้ถูกต้อง ไม่ให้มันเกิดเป็นพิษเป็นโทษขึ้นมาได้ ยังเป็นปุถุชน เป็นสัตว์ธรรมดาอยู่ ยังต้องเกี่ยวข้องกับกามคุณ ก็ปฏิบัติอย่าให้โทษมันเกิดขึ้นมาได้ อันเนื่องมาจากกามคุณ, คือ **ปฏิบัติธรรมะ อย่างน้อยที่สุดก็กุศลกรรมบถ ๑๐** นั่นแหละ ถ้าปฏิบัติได้ตามนั้นแล้ว แม้จะเป็นผู้ครองเรือนบริโภคกาม ก็ไม่มีโทษอะไร.

และปฏิบัติให้ถูกต้องแม้ในชั้น **รูปาวจรภูมิ** คือ*เหนือกามขึ้นไป ไปเป็นพรหม* เป็นพรหมมีรูป ก็โดยกฎอิทัปปัจจยตาอีกนั่นเอง, ไม่มีความทุกข์ในภูมินั้น ๆ แม้ว่าจะละจากกามเสียแล้วไปอยู่ในสภาพที่ไม่มีกาม มีแต่รูปบริสุทธิ์ รูปธรรมบริสุทธิ์ ก็ยังได้ก็ไม่มีทุกข์.

ที่นี้ สูงขึ้นไปอีกขั้นหนึ่ง **อรูปาวจรภูมิ** อรูปาวจรภูมิ *ภูมิที่ไม่มีรูป;* ที่เรียกกันว่าอรูปพรหมนั้น. *กามาวจรนั้นมีกามคุณ รูปพรหมไม่มีกามคุณ อรูปพรหมไม่มีกามคุณ* แปลว่าจะสูงขึ้นไปอยู่ในภูมิไหนใน ๓ ภูมินั้น ก็ไม่มีความทุกข์ ไม่มีความผิดพลาดในภูมินั้น ๆ มีแต่จะก้าวล่วงขึ้นไป ก้าวล่วงขึ้นไป, จนถึงออกไปจาก

ภูมิเหล่านี้ ไปสู่โลกุตตรภูมิ ออกไปเสียจากภพทั้ง ๓ นี้ได้ **ออกไปเสียจากกามภพ รูปภพ อรูปภพ, แล้วก็ไปสู่โลกุตตรภูมิ** ซึ่งมิใช่ภพ.

ในชีวิตประจำวันต้องได้ชิมรสนิพพาน.

ทีนี้ จะให้มาในชีวิตประจำวันมากขึ้น ก็ขอ**ให้มีการปฏิบัติในลักษณะที่ได้ชิมรสพระนิพพานล่วงหน้า,** ชิมรสพระนิพพานล่วงหน้าอยู่เป็นประจำวัน คือมีชีวิตชนิดที่กิเลสไม่ครอบงำ แล้วก็รู้สึกได้ด้วยตนเองว่า เมื่อกิเลสไม่ครอบงำแล้วมันมีชีวิตอย่างไร เป็นอย่างไร, นี่มีชีวิตเย็นอย่างนี้เป็นนิพพานล่วงหน้าเป็นนิพพานชิมลองกันก่อน, ระวังรักษากาย วาจา ใจ ให้ดี อย่าให้กิเลสเกิดขึ้นครอบงำได้ แล้วมันก็จะมีความเย็น เป็นความหมายของนิพพาน ตามมากตามน้อย อยู่ในการประพฤติกระทำนั้น ๆ, แปลว่าเราปฏิบัติชนิดที่เป็นการดื่ม หรือชิมรสของพระนิพพานล่วงหน้าอยู่เป็นประจำ, แล้วก็พอใจมากขึ้นก็ปฏิบัติมากขึ้น พอใจมากขึ้นก็ปฏิบัติมากขึ้น จนกว่าจะได้นิพพานชนิดถาวร คือกิเลสไม่เกิดอีกต่อไป เดี๋ยวนี้ว่า **เมื่อกิเลสไม่เกิด เราชิมรสของพระนิพพานเป็นการล่วงหน้า,** แล้วทำให้กิเลสเกิดน้อยลง ก็มีชิมรสของพระนิพพานมากขึ้น สามารถควบคุมไม่ให้กิเลสเกิดได้ เป็น

วัน ๆ เดือน ๆ อย่างนี้ ก็ชิมรสของพระนิพพานได้เป็นวัน ๆ เดือน ๆ จนกว่าจะทำให้กิเลสหมดไป ไม่มีมาอีก, นี่เป็นการหลุดพ้นจริง เข้าถึงซึ่งภาวะแห่งพระนิพพานอันสมบูรณ์โดยแท้จริง.

นี่คือแบบ**การดำรงชีวิตชนิดพื้นฐาน ในความหมายหลาย ๆ แง่ หลาย ๆ มุม** ต่างแง่ต่างมุม, เอามาใคร่ครวญพิจารณาดูให้ดี แล้วก็จะเห็นว่า เป็นการครองชีวิตแบบพื้นฐานทั้งนั้นแหละ, แม้จะมีการครองชีวิตแบบชิมรสพระนิพพานล่วงหน้าอยู่เป็นประจำวัน ก็เป็นพื้นฐาน เพราะมันเป็นพื้นฐานอย่างนั้นจริง ๆ เมื่อมีรสของพระนิพพาน คือว่างจากกิเลส ไม่มีกิเลสรบกวน อยู่เป็นพื้นฐานแล้วก็ไม่ต้องกลัว, มันก็ก้าวหน้า ๆ ก้าวหน้าไปจนถึงมีนิพพานที่สมบูรณ์.

เราจึง**ควรสนใจให้เป็นอย่างยิ่ง ในเรื่องมีชีวิตปัจจุบันประจำวันนี้ ให้เป็นการชิมรสของพระนิพพานล่วงหน้า,** ล่วงหน้าอยู่เรื่อย ๆ ไปเถิด จะเป็นผลดี คือจะก้าวไปโดยเร็ว จะก้าวไปสู่จุดหมายปลายทางได้โดยเร็ว **เมื่อกิเลสเกิดขึ้น ก็รู้จักว่ามันเป็นอย่างไร** รู้จักทำไม่ให้กิเลสเกิดขึ้น เมื่อกิเลสไม่เกิด ก็รู้จักว่ามันมีผลอย่างไร, มันเย็นอย่างไร. นั่นแหละ ชิมรสพระนิพพานล่วงหน้า เป็นระยะ เป็นคราว ๆ เป็นครั้งคราว ๆ จนกระทั่งว่ามันสมบูรณ์เลย ไม่เป็นครั้งคราว, ติดต่อเนื่องกันไปไม่ขาดตอนเลย เพราะว่ากิเลสมันหมดไป เพราะได้ทำ

ให้กิเลสซูบผอมจนตายไป ไม่ให้โอกาสกิเลสเกิด, ไม่ให้อาหารแก่กิเลส ไม่ส่งเสริม ไม่ให้ปัจจัยแก่กิเลสจนกิเลสมันผอมและตายไป, นี้เราเรียกว่า ปฏิบัติโดยหลักพื้นฐานแท้ ๆ เป็นหลักพื้นฐานแท้ ๆ.

นี่ก็ได้อธิบายมาพอสมควรแก่เวลาแล้วว่า **จงมีชีวิตชนิดที่เป็นการปฏิบัติ มีหลักพื้นฐานถูกต้อง,** ถูกต้องตามหลักพื้นฐานของธรรมชาติคือเป็นอย่างนี้ **อยู่โดยอริยมรรคมีองค์ ๘, อยู่โดยศีล สมาธิ ปัญญา, อยู่โดยถูกต้องตามหลักของสมถะวิปัสสนา, อยู่ในกุศลกรรมบถ ๑๐, แล้วปฏิบัติโดยหลักที่ถูกต้องกับข้อที่สิ่งทั้งปวงยึดถือไม่ได้,** แล้ว**ปฏิบัติโดยวิธีที่ไม่ต้องเกิดความรัก โกรธ เกลียด กลัว วิตกกังวล อาลัยอาวรณ์, ปฏิบัติอยู่โดยหลักที่เพิกถอนกรรมเก่า** กล้าท้าทายกรรมเก่า ปิดประตูกรรมเก่า, ไม่ให้ตามมารังแกได้ แล้วก็**ปฏิบัติชนิดที่ตะเพิดไล่ โชคเคราะห์ชะตาราศีผีสางเทวดา** พระเป็นเจ้าที่ยังกินสินบนออกไปให้หมดสิ้น, แล้วก็ดำเนินชีวิต **อย่าให้ผิดแบบอิทัปปัจจยตา,** อย่าให้ผิดกฎอิทัปปัจจยตา ก็จะได้อย่างที่ว่ามานั้น. **จะเป็นผู้ที่ได้ดีที่สุด ไม่ว่าจะตั้งอยู่ในภพไหน,** ยังมีชีวิตเป็นกามาวจรภูมิ รูปาวจรภูมิ อรูปาวจรภูมิ ก็สามารถดำรงอยู่โดยไม่ต้องเป็นทุกข์เลย, แล้วก็ได้**รับพระนิพพานล่วงหน้า พระนิพพานชิมลอง** อยู่เป็นประจำเป็นประจำ แล้วก็**เจริญงอกงามยิ่งขึ้น ๆ จนเป็นนิพพานที่**

สมบูรณ์ มันก็ทันเวลา เสร็จได้ในชีวิตปัจจุบันนี้ ก่อนแต่ที่จะเข้าโลงไป ได้รับสิ่งที่ดีที่สุดที่มนุษย์ควรจะได้รับ, ไม่เสียทีที่เกิดมาเป็นมนุษย์และพบพระพุทธศาสนา.

การบรรยายนี้ ก็สมควรแก่เวลาและเรี่ยวแรงของผู้บรรยาย จึงต้องขอยุติการบรรยายในวันนี้ไว้เพียงเท่านี้ เป็นโอกาสให้พระคุณเจ้าทั้งหลาย สวดบทพระธรรมคณสาธยาย มีเนื้อความส่งเสริมกำลังใจ ส่งเสริมกำลังสติปัญญา ของท่านทั้งหลายให้เจริญงอกงามก้าวหน้า ไปในทางแห่งการปฏิบัติดังกล่าวมาแล้วนั้นทุกประการ ณ กาลบัดนี้.

ความทุกข์เกิด

ความทุกข์ เกิดที่จิต,
เพราะเห็นผิด เมื่อผัสสะ.

ความทุกข์ จะไม่โผล่,
ถ้าไม่โง่ เมื่อผัสสะ.

ความทุกข์ เกิดไม่ได้,
ถ้าเข้าใจ เรื่องผัสสะ.

พุทธทาสภิกขุ

ISBN 974-89707-4-4